



長崎エキサイだより

N a g a s a k i E k i s a i d a y o r i



CONTENTS

院長挨拶	2
帯状疱疹ワクチン	3
栄養について	4
居宅介護支援事業所 えきさい	5

● 長崎掖済会病院理念 ●

私たちは「掖済」の心で皆様と接します。
「掖済」とは、病む人の腋（わき）に手を添えて救い導くこと

基本方針

1. 質の高い医療と人格を尊重する医療を目指します。
2. 納得のゆく説明をいたします。
3. 心休まる、安心できる看護を行います。
4. 温かく、明るく、誠意をもって皆様と接します。
5. 職員同士、助け合い、協力しあいます。

院長挨拶

ポストコロナの現状と今後



長崎掖済会病院 院長 末 広 昌 嗣

コロナ禍となり就任し3年半が経ちました。当初はわからないことの多かった新型コロナウイルスですが最近様々ながわかってきてその対処方法が明確になってきています。今年7月から8月にコロナ感染が職員、患者さんに発生しましたが入院制限を行うことも無くなりました。コロナ患者発生の検出と発生後の隔離・治療方法を少しずつ変えてきたのに加え、入院患者の皆様、スタッフの皆様にご協力を得られたためと感謝しております。最近では強力な空気清浄機を導入しており入院患者間での感染を抑えられるのではないかと期待しております。引き続き皆様のご協力をお願いしたいと思います。

先日、長崎大学関連病院長会に参加し2024年4月から長崎大学病院長に就任された尾崎誠先生の講演を聴く機会を得ました。大半の病院の患者数がコロナ前の状態には戻って無い上、4月からの診療報酬改定で収支は厳しい状態とのことでした。これは長崎医療圏の人口は以前から減少してきており、それに伴い入院患者数、外来患者数とも減少してきていたのですが新型コロナウイルス流行と重なって可視化されてなかっただけで今後コロナ前の状態には戻ることは無く、長崎医療圏の外来患者数は4-5年前にピークアウトし入院患者数もピークを過ぎてきているとのことでした。人口減少は若い世代に顕著ですが団塊の世代を中心とした高齢者はまだ増え続けるため、若い世代の患者数が比較的多い大学病院やその他急性期病院はさらに厳しくなっていきますが高齢者の割合が高い病院はその影響を受けにくいようです。DPCデータを元に高齢者入院率をみてみますと当院は県内で3番目に高いようで入院患者数は長崎医療圏の人口減少の影響を受けにくいと言えます。

最近の長崎市中心部の開発とマンション建設ラッシュでコンパクトシティー化はますます顕著になり長崎掖済会病院に入院が必要とされる患者さんはまだ増え続けると考えられます。入院要請があったときは可能な限りそれに応え、当院が地域に貢献できるよう、どうぞよろしくご協力お願いいたします。



带状疱疹ワクチン

皮膚科 一ノ宮 愛



带状疱疹は体の左右どちらかの神経に沿って、痛みを伴う赤い斑点、水ぶくれが生じる病気です。多くは胸から背中、お腹から背中など上半身にあらわれますが、顔や頭、腕、足などにでることもあります。50歳以降に多くみられ、80歳までに3人に1人がかかると言われています。子供の頃にかかった水ぼうそうのウイルスが体の中の神経節にひそんでいて、加齢、ストレス、過労などにより免疫が落ちた時、ウイルスが再び活性化して带状疱疹を発症します。水ぼうそうにかかった子供が周りにいるとウイルスに対する免疫がまた強くなりますが、2014年10月以降、小児の水ぼうそう予防接種定期化に伴い、水ぼうそうの流行が減少し、ウイルスへの免疫が弱まり、带状疱疹を発症しやすくなったと言われています。

带状疱疹を発症した場合、早期の抗ウイルス薬などによる治療が大切です。しかし、带状疱疹後神経痛、顔面神経麻痺や視力低下などの後遺症が残ってしまう場合もあり、带状疱疹の発症や重症化予防のため、带状疱疹ワクチンを検討することも重要です。2016年から带状疱疹ワクチンを接種することができるようになっており、現在、生ワクチンと不活化ワクチンの2種類があります。

		生ワクチン (水ぼうそうのワクチンと同じ)	不活化ワクチン
対象		50歳以上	50歳以上または 带状疱疹に罹患するリスクが高いと考えられる 18歳以上
接種方法		皮下注射	筋肉内注射
接種回数		1回	2回
効果	带状疱疹 発症予防	60歳以上 51.3%	50歳以上 97.2% 70歳以上 89.8%
	带状疱疹後 神経痛発症予防	60歳以上 66.5%	50歳以上 100% 70歳以上 85.5%
持続		5年程度	10年以上
副反応		50.6% (注射部位の赤み、かゆみ、腫れなど)	注射部位 80.8% (痛み、赤み、腫れなど) 注射部位以外 64.8% (筋肉痛、疲労、頭痛など)
接種できない方		明らかな発熱 妊娠中 免疫を抑える病気や治療中など	明らかな発熱など
接種費用		7千円程度	合計4万円程度

带状疱疹は50歳をすぎると発症率が高くなります。带状疱疹にかかると急性期の痛みだけでなく、皮膚の症状が治った後も痛みが長く続く带状疱疹後神経痛に悩まされることもあります。眼の炎症や顔面神経麻痺などの合併症を引き起こすこともあります。带状疱疹の発症や重症化を防ぐため、予防接種もご検討ください。

栄養について

管理栄養士 的 場 有多子

皆様こんにちは。管理栄養士の的場有多子と申します。今回は、栄養についてお話しさせていただきます。

《栄養とは》

私たちが食物を摂取しエネルギーを作ったり、体を作ったりし生命を維持する活動そのものをいいます。摂取すべき成分のことを「栄養素」といい、健やかな毎日を送るためには、栄養素をバランスよく摂取することが重要となります。では、「栄養バランスの良い食事」とは、いったいどのように摂取したらよいのでしょうか？ 今回は、食べ物に含まれる栄養素に注目した「三色食品群」について説明いたします。

《三色食品群とは》

食品が持つ栄養素の働きの特徴によって、食品を「赤色・緑色・黄色」の3つに分類したものです。

【赤色】主に体を作るもとなる。

(食品の種類) 肉・魚・大豆・牛乳・乳製品など、タンパク質を含むもの。

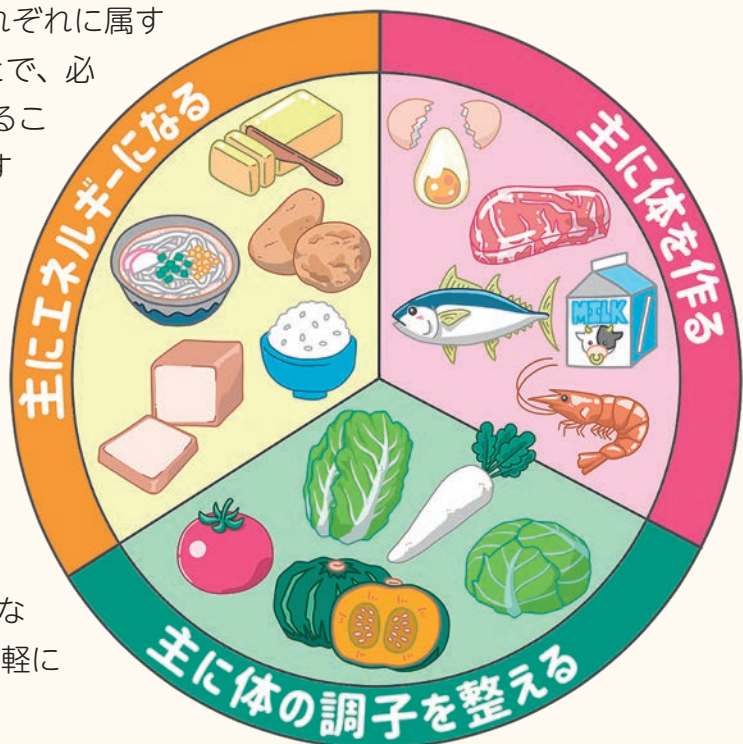
【緑色】主に体の調子を整えるもとなる。

(食品の種類) 野菜・きのこ類・果物など、ビタミン・ミネラルを含むもの。

【黄色】主にエネルギーのもとなる。

(食品の種類) 米・パン・麺類・イモ類・砂糖・油脂類など、糖質・脂質を含むもの。

朝食・昼食・夕食の3食、それぞれに属する食品をそろえた食事をする事で、必要な栄養素をバランスよく摂れることとなります。余談にはなりますが、食べる順を【緑色】→【赤色】→【黄色】にすることで、早めに満腹感が得られ食べ過ぎを防げると共に、後から食べる糖質の急な吸収を抑え血糖の上昇を緩やかにします。ダイエット中の方や、血糖が高い方は、ぜひお試し下さい。また、食事のことについて、何かお聞きになりたいこと等ありましたら、お気軽にお声かけ下さい。



居宅介護支援事業所 えきさい

管理者 松崎 利衣子



令和3年12月に開設となった「居宅介護支援事業所えきさい」は、当初ケアマネジャー1名からスタートしましたが、現在は3名となりました。増員に伴い、令和6年より特定事業所加算Ⅲを算定しています。

病院や地域包括支援センター等からの紹介や家族様からの直接相談などもありながら、令和6年8月現在で利用者総人数は151名（内、要支援・事業対象者が46名）となっています。各ケアマネジャーが日頃から情報共有や相談し合いながら支援へと繋げています。

居宅介護支援事業所では、高齢者や障がい者の方々が自宅で快適に生活できるよう個々のニーズに応じたケアプランを作成し、医療や福祉サービスの調整を行っています。

【主なサービス内容】

- ①ケアプランの作成→利用者様の状況に応じてプランの提案を行っています。
- ②サービスの調整→利用者様が必要とする様々な介護サービスを調整し、適切なサービスを提供します。医療機関や介護サービスと連携し必要なサポートを行っています。
- ③相談業務→利用者様やその家族様からの相談を受け、介護全般に関する情報提供や助言等を行っています。介護に関する悩みや不安の解決に向けていつでも相談できる環境を提供しています。
- ④介護保険の申請手続き→介護保険の申請等に関する手続きのサポートを行い、利用者様が適切なサービスを受けられるようにしています。
- ⑤定期的なモニタリング→サービス提供後も定期的に利用者様の状況を確認し、必要に応じてサービス内容の見直しや改善を行っています。
- ⑥地域との連携→地域の医療機関や福祉サービスとのネットワークを構築し、利用者様が円滑にサービスを受けられるよう支援しています。



私たちケアマネジャーは、利用者様が住み慣れた自宅での生活が維持していけるよう、様々なサービス等の提案・調整をしながら支援を行っています。地域との繋がりも大切にしながら、安心して生活できるようサービスの提案など行っていきます。

診療担当表

	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	加来	岩見	福島	加来	原	加来	岩見	大園	若松	加来
	松尾	大園	岩見	三浦	原口	三浦	松尾		竹本	小澤
	三浦		内田智久		岩見		別府		黒部	
			山梨 第1・3週・小笹		赤城		大園			
外科		中崎		中崎		中崎		中崎		中崎
整形外科	末広	休診	今村	休診	末広	末広 (予約)	今村	休診	末広	休診
	朝長		内田 (予約)		朝長		内田		内田	
	高木						朝長		高木	
皮膚科	一ノ宮 (予約)	西本 (予約)		一ノ宮 (予約)		一ノ宮 (予約)	西本 (予約)			
泌尿器科	草場		草場		金武	休診	金武	休診	草場	
麻酔科	休診		休診		山口	休診	休診		山口	休診
脳神経外科	休診		休診		休診		休診	大園恵介	休診	

【外科】 午後は手術の為、診察できない場合があります。お問い合わせください。

【皮膚科】 午後からは予約のみの診察となります。

企業健診、特定健診、協会けんぽ生活習慣病予防健診、人間ドック、脳ドックなど、さまざまな健康診断を予約制にて行っております。お気軽にご相談ください。詳細は病院ホームページか電話でお問い合わせも可能です。

はじめて受診される方へ(お持ちいただくもの)

- マイナンバーカードもしくは健康保険証等
- 紹介状(他医院からの紹介の方) ●お薬手帳

再診の方へ(お持ちいただくもの)

- 診察券 ●お薬手帳
- マイナンバーカードもしくは健康保険証等
(毎月初回受診時)

診療のご案内

受付時間 8:00～11:30 13:00～16:30

診療時間 8:40～12:00 13:00～17:00

休診日 土曜日、日曜日、祝日

年末年始(12月29日～1月3日)

※但し、急患の方は何時でも診察いたします。

長崎掖済会病院案内図



ご面会の方へ

現在、感染予防の為、入院患者さんへの面会は予約制とさせていただきます。ご理解ご協力をお願いします。

受診される方へ

発熱等の症状がある場合は来院前に必ずお電話ください。

〒850-0034

長崎県長崎市樺島町5番16号

TEL (095) 824-0610

FAX (095) 822-9985

E-mail: info@ekisaikai-nagasaki.jp



ホームページもご覧ください。

長崎エキサイ会病院

http://ekisaikai-nagasaki.jp/

検索

CLICK!



長崎エキサイだより

発行日: 2025年1月

発行人: 長崎掖済会病院広報委員会